中药灌肠联合健身八段锦治疗 1 例慢性肾功能不全患者的护理体会

王　莹，王潇潇

（中国中医科学院眼科医院，北京，100040）

摘要：本文总结中药灌肠联合健身八段锦治疗 1 例慢性肾功能不全患者的护理经验，主要包括评估患者、提出护理问题、常规护理、中医特殊护理与治疗等，通过中西医结合治疗与护理方法，提高了患者治疗效果，改善了患者便秘、乏力症状等症状。

关键词：慢性肾功能不全；便秘；乏力；中药灌肠 ；健身八段锦

Nursing Experience in a case of Chronic Renal Insufficiency Treated with the Combination of Traditional Chinese Medicine Enema and Baduanjin Exercise

WANG Ying, WANG Xiaoxiao

Eye Hospital, China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100040

[Abstract] This paper summarized the nursing experience in a case of chronic renal insufficiency treated with combination of traditional Chinese medicine (TCM) enema and Baduanjin exercise, mainly including patients' evaluation, putting forward problem routine nursing, special TCM nursing and treatment, etc. The treatment effects were improved, and the symptoms of constipation and fatigue were improved by the treatment and nursing in the combination of traditional Chinese medicine and western medicine.

[Keywords] chronic renal insufficiency; constipation; fatigue; traditional Chinese medicine enema; Baduanjin exercise

慢性肾功能不全（chronic renal insufficiency）是指原发性或继发性的慢性肾脏病所引起的进行性肾功能损害。据相关数据显示，我国每年发生慢性肾功能不全的患者约 13 万例，已成为较严重的公共卫生问题[1]。目前，单纯的西医治疗效果欠佳，且长期使用西药容易引发多种不良反应，对患者的健康造成一定的负面影响，而中西医结合治疗在慢性肾功能不全患者治疗中具有一定优势。中医护理技术是中医的重要组成部分，且中医治疗具有成本低、安全性高等优势[2]。本研究采用中药灌肠联合健身八段锦治疗 1 例慢性肾功能不全患者效果

显著，现将治疗与护理过程汇报如下。

1 临床资料

患者女性，70岁，主因：1个月前在当地医院复查相关指标，发现肌酐升至620umol/l，为求中西医结合诊疗，于2020年4月22日收入我病区。入院症见：无明显水肿，有乏力，无胸背痛，无胸闷憋气，有活动后气短，胃脘痞闷，无胃痛胃胀，无恶心呕吐，纳差不欲食，眠差，尿量尚可，夜尿2次，大便偏干，2日未行。既往“高血压”病史11年，最高达160/90mmHg，现“苯磺酸左旋氨氯地平片2.5mg口服每日一次”，自诉血压控制良好；“冠心病、慢性心衰脑梗塞”病史，未规律治疗；“低蛋白血症、肾性贫血”病史，间断“重组人促红素注射液5000iu皮下注射每周两次”，近期复查血红蛋白116g/L；“肾性骨病、重度骨质疏松”病史，“醋酸钙胶囊0.6g口服每日一次，阿法骨化醇软胶囊0.25ug口服每日两次”治疗；“便秘、高钾血症、低钙血症”病史，间断对症治疗；“高同型半胱氨酸血症”病史，间断补充叶酸治疗。否认冠心病、哮喘、风湿免疫病以及其他慢性病史；否认肝炎、结核等传染病史；否认手术史；对磺胺类、他汀类药物过敏，否认食物及其他过敏史；入院查体：T：36.0℃　P：78次/分　R：18次/分　BP：152/96mmHg；舌象脉象：舌暗红，苔白，脉沉弦。中西医诊断：水肿（气滞血瘀证）　慢性肾功能不全。

患者入院后，遵医嘱给予中西医结合治疗。中医以理气活血为法，西医以降压、纠正贫血、纠正酸中毒、补充必需氨基酸为主。中医治疗：中药灌肠1次/d，起到理气、活血、降浊的作用；健身八段锦1次/d，起到调节脏腑功能、强身健体的作用；穴位按摩2-3次/d，起到通经活络的作用。西医治疗：给予苯磺酸左旋氨氯地平片2.5mg po qd以降压；叶酸片5mg po tid，琥珀酸亚铁片0.2g po bid，维生素C片0.1g po tid，重组人促红素注射液4000iu ih 2次/周，以纠正贫血；碳酸氢钠片1g po tid以纠正酸中毒；开同片2.52g po tid以补充必需氨基酸。经过一个疗程的治疗，患者的临床症状得到明显改善。

2 护理

2.1 护理评估

患者高龄，有乏力，有活动后气短，胃脘痞闷，纳差不欲食，眠差，大便偏干。日常生活能力Barthel评定量表90分轻度功能障碍，存在跌倒受伤风险。

根据患者目前情况，存在以下护理问题：1.活动无耐力；2.营养缺乏；3.睡眠形态紊乱；4.便秘；5.有受伤的危险；6.知识缺乏。

2.2 常规护理

2.2.1 生活起居：保持病室环境安静整洁，光线适宜，避免噪声与强光刺激。起居有时，避风寒，防感冒；保持口腔、皮肤及会阴部清洁，防止感染；避免肾损害加重因素，如扁桃体症状明显且反复发作，应在炎症控制后选择手术摘除；慎用肾损害药物；创造安全环境，床头警示标牌，给予床挡保护，患者活动时有人陪伴，严格交接班、按时巡视病房；指导患者每晚睡前温水泡足，促进双下肢血液循环。

2.2.2 饮食指导：养成良好的饮食习惯，饮食有节，应注意色香味俱全，粗细搭配，荤素搭配，全面营养；保持良好的情绪，必要时进食时可选择合适的轻音乐伴奏；根据辨证分型，可选用一些活血化瘀的食物，如黑豆、黑木耳等，也可选择一些理气的食物，如萝卜、山楂等，忌食生冷、辛辣刺激的食物；向病人讲解饮食调理对纠正及预防便秘的重要性，指导病人可选择富含纤维的食物，如麦片、芹菜等，忌食肥甘油腻的食物。

2.2.3 情志调理：本病病程长，病情易反复，患者易出现抑郁善忧，情绪不宁，护士应多与患者进行沟通交流，及时了解患者的心理状况，积极疏导患者的不良情绪；鼓励患者采用一些自我放松的方法，如听音乐；生活中培养病人的多种兴趣、爱好，使精神有所寄托，解除心烦、忧郁。

2.2.4 健康宣教：评估患者缺乏哪方面知识，给予解释和指导；做好入院宣教和疾病相关指导；记录患者学习的情况，对学习效果给予肯定和鼓励。

2.3 中医特色护理

2.3.1 中药灌肠：选用“丹参 30g　煅牡蛎 30g　蝉蜕 10g　僵蚕 10g 荆芥炭 15g　地榆炭 15g　槐花 15g　党参 15g”中药汤剂进行保留灌肠，每日一次，每次保留 1h。注意事项：①注意保护患者隐私；②注意保暖，避免受凉；③插管时动作切忌粗暴，要轻柔；④灌肠时应注意药液的注入速度及温度（39-41℃）；⑤灌肠中注意询问患者感受，若出现便意、腹胀等情况，告知患者属于正常现象。

2.3.2 穴位按摩：给予患者进行穴位按摩，使局部产生酸、麻、胀、痛的感觉，通过刺激穴位，以达到通经活络，调节气血，平衡阴阳的功效。根据患者目前情况

选穴：肾俞、天枢、关元、三阴交、足三里、涌泉穴，每穴按摩2-3分钟，每天2-3次。注意事项：按摩时力度应由轻到重。

2.3.3 健身八段锦：多给病人讲述增加活动的目的、意义、重要性，使其主动配合。与病人共同商议活动的具体计划，每日指导病人进行“健身八段锦”锻炼，注意循序渐进，以病人能耐受不疲劳为度。观察活动时病人的面色、神志、精神状况，若不能耐受应及时停止，并取舒适体位休息。

2.4 出院宣教

告知患者生活要有规律，保持心情舒畅，注意劳逸结合，做适宜的体育锻炼，以增强机体免疫力，进食易消化富含营养之品，保持大便通畅，遵医嘱按时复诊，不适随诊。

2.5 护理效果

住院期间经我们的治疗与护理后，患者体力明显增加，住院期间未发生跌倒摔伤等不良事件；食欲较前明显改善，营养均衡；睡眠质量较前明显提升，生活起居有常；已养成规律排便，肌酐明显下降，由683umol/L降至582.3umol/L；已基本掌握疾病相关知识，表示理解并同意。

3 讨论

慢性肾功能不全是由于各种原因导致的渐进性慢性肾实质损害，最终发展成尿毒症，除肾移植外没有特效治疗方法，是一种不可逆的损害。相比单一的西医治疗来说，中西医结合治疗的干预能够有效提高治疗效果，且副作用小。

中医记载中并未找到对慢性肾功能不全的记载，现根据其所表现出的临床症状，如水肿、乏力、少尿或无尿、恶心呕吐等，可将其归属为“水肿”“虚劳”“癃闭”“关格”等范畴。唐补生等[3]认为慢性肾功能不全是以脾肾阳衰为本，湿浊内聚为标，可选用中药灌肠治疗。

中药灌肠在治疗慢性肾功能不全中发挥着重要的作用，其优点有：1.刺激肠道粘膜促进排便；2.减少肠道微生物毒素的产生[4]；3.药物可通过肠粘膜吸收入血，在全身发挥作用。

健身八段锦是一套独立而完整的健身功法，起源于北宋，对人体呼吸、循环消化和运动功能等都有良好的促进作用。耿涛[5]的健身气功·八段锦研究近况中提到：肾有邪，其气留于两胯；脾有邪，其气留于两髀。躯干运动可刺激任督二脉和命门，以达到固肾壮腰的作用；下肢运动可刺激足三阳经和足三阴经，以

达到调理脾胃，疏肝利胆及固肾健腰的作用。

综上所述，慢性肾功能不全患者应用中药灌肠联合健身八段锦护理效果确切，能够有效改善患者的临床症状，值得推广使用。

利益冲突声明：作者声明本文无利益冲突。

参考文献

[1] 李雄文.慢性心力衰竭患者 1296 例临床流行病学分析[J].实用心脑肺血管病杂志,2008,16(6):71-72.

[2] 付明洁,刘兴国.药浴方熏蒸配合西药治疗慢性肾衰竭氮质血症期的临床观察[J].湖北中医药大学学报,2012,14(5):52-53.

[3] 唐补生,吴传良,马志芳,等.加味温肾降浊汤配合中药灌肠治疗慢性肾功能衰竭临床研究[J].河南中医,2017,37(3):507-509.

[4] 于艳,梁亮,赵刚.桃核承气汤联合中药灌肠治疗慢性肾功能衰竭的临床疗及机制研究[J].世界中医药,2020,3(15):438-441.

[5] 耿涛.健身气功·八段锦研究近况[J].甘肃中医,2008,21(1):1-3.

第一作者基本信息：王莹，中国中医科学院眼科医院，北京市石景山区鲁谷路 33 号，100040，主管护师，18722525636，2251151460@qq.com。

第一作者简介：王莹，毕业于天津中医药大学，本科学历，从事综合内科护理工作 7 年。临床工作中擅长眩晕、消渴、中风及胸痹心痛等疾病的护理，荣获“中医护理治疗专科护士”证书。



请在本末附上第一作者姓名、单位、地址、邮编、职称、电话、邮箱、一寸照片，个人简介 100 字左右。